



【家訊·家書】

親愛的家長：

校長的話

最近閱讀了《蒲公英希望月刊》(No.290)的一篇文章，名為人才「備」出，內容十分有意思，對求學階段的學生亦有幫助，在此節錄了部份內容與大家分享：

根據調查，在全球六十三個經濟體中，以瑞士的「人才競爭力」居冠；決勝要素之一，就是「準備度」。作為後疫情時代的工作者，你準備好了嗎？一起掌握三項要訣，成為「有備而來」的人才！

準備之心：建立自律的生活

建立自律的生活，幫助我們在競爭激烈的職場上，找到適合自己的節奏，並在繁忙的生活中，獲得健康的平衡。

準備之眼：看見時代的缺角

你是否關心我們身處的社會？唯有看見時代的缺角，才能盡上自身的功用，賦予產業無可取代的價值。

準備之腦：保持創新的精神

開發客製化產品，滿足不同族群的需要，固然是一種工作能力指標；但是不斷學習與創新，更是人才屹立不搖的重要心法。

想成為職場人才，必須練習自律生活，建立待人處事的原則，進而看見需要，在能力範圍內，為缺口提供資源。站穩腳跟時，更別忘了學習與創新，讓與時俱進的策略，成為社會永續的貢獻。

「你要在外頭預備工料，在田間辦理整齊，然後建造房屋。」(《聖經》箴言 24 章 27 節)

今期家書還有以下事情請你們留意：

1. 有關 4 月 29 日家長講座事宜

本學年的家長講座已於上星期六(4月29日)的下午2時半至4時於本校禮堂完滿進行，校方邀請了余德淳博士作為是次講座的主講嘉賓。是次講座的題目為「作孩子的生命師傅：擁抱逆境，啟發潛能」，余博士運用豐富的心理學及輔導學知識教授家長們親子相處及培育子女的技巧，家長們均得到豐碩的啟發。

家長事務組在此感謝余德淳博士為講座添上豐富的內容，感謝家長義工們當天協助講座能順暢地進行，亦感謝當天約100位出席講座的家長們踴躍參與是次家長講座。講座的簡報將稍後放到學校網頁內，歡迎家長下載及查閱。盼望家長能踴躍參與日後的家長講座，並繼續給予寶貴的意見，謝謝各位。

【尚有資料請翻閱後頁】

願你們身心健康！



張冠康 校長

2. 下學期考試安排

下學期考試臨近，今星期內將發出下學期考試的電子通告，內容包括考試時間表、考試範圍、各級升班要求及暑期基礎班安排。家長請細閱有關文件，並督促子女努力溫習，爭取佳績。

3. 香港都會大學人文社會科學院暑期體驗課程（中四及中五級適用）

爲了讓學生體驗香港都會大學校園生活和大學課程，香港都會大學人文社會科學院將舉辦「暑期體驗課程」，課程會以面授課堂形式教授，並涵蓋不同學科，包括語言學科、創意媒體、心理學、設計及創意媒體、政治及公共行政學系等，現正邀請中四至中五有興趣同學參加，期間同學可於大學內體驗專業教育模式與各項多元化的教學設施。

日期：2023年7月7日（星期五）

時間：下午1時30分至6時

地點：九龍何文田忠孝街81號香港都會大學賽馬會校園

同學如有興趣，可自行瀏覽下列活動網址報名。

https://student.intranet.hkmu.edu.hk/ers/prod/ERS_detail.jsp?eid=007457&lang=eng&mode=all

4. 香港賽馬會禁毒資訊天地「家長教室」講座－《從家出發－如何幫助子女遠離情緒病？》

香港賽馬會禁毒資訊天地將於5月5日舉辦「家長教室」講座，由香港國際社會服務社國際社家庭學院服務總監陳蘇陳英女士，以家庭角度同大家解構青少年面對的壓力以及作爲家長應如何與子女一同對抗逆境同壓力，並協助子女減低患上情緒病的風險。

有興趣的家長可以親臨藥物資訊天地出席講座，或選擇以網上直播形式參與，家長可瀏覽以下網站 (<https://forms.gle/nSC4z7BGZXAEbZjd7>)或致電2867 2935報名參加。講座費用全免，名額有限，額滿即止！

所有親臨講座人士均可獲得精美紀念品乙份，選擇線上參與者將於稍後透過電郵收到線上活動參與連結。

講座詳情如下：

日期：2023年5月5日（星期五）

時間：下午1時至下午2時

地點：金鐘的香港賽馬會禁毒資訊天地及線上進行

費用：全免

名額：70人（親臨場地）／90人（線上名額）

語言：講座以廣東話進行

內容：1. 分享青少年的情緒及精神

2. 分享青少年所面對的壓力

3. 如何在家庭爲青少年建立良好的價值觀，以面對外在環境的挑戰

查詢：可致電2867 2935

參加者成功報名後，會收到確認電郵。